



Détail du parcours de Golf Foot

TROU	ATELIERS GOLF-FOOT	TROU	ATELIERS GOLF-FOOT
<u>1</u>	Cerceau à 10 mètres	<u>9</u>	Passer le ballon entre les portes
<u>2</u>	Passer derrière le jalon	<u>10</u>	Passer le ballon entre les portes
<u>3</u>	Eviter l'obstacle	<u>11</u>	Escargot - Contourner les coupelles. Ballon sortie des limites = retour au départ
<u>4</u> *	Passer le ballon entre la planche et le jalon. Possibilité d'utiliser planche	<u>12</u>	Eviter l'obstacle pied droit
<u>5</u>	Se rapprocher de la ligne puis faire rebondir le ballon dans un cerceau à 3 m	<u>13</u>	Ballon sortie des limites = retour au départ - zigzag
<u>6</u>	Slalom entre les jalons. Interdiction de frapper deux fois de suite avec le même pied	<u>14</u>	Passer par la porte
<u>7</u> *	Passer le ballon entre la planche et le jalon	<u>15</u>	Parcours : Contourner le jalon
<u>8</u>	Passer derrière le jalon pied gauche uniquement	<u>16</u>	Parcours + passer le ballon au dessus de la haie (1 m)

* 4) et 7) Si pas de planche remplacer par un joueur ou contourner le jalon